

# 禁煙科学

Vol. 13(09), 2019. 09



## 今月号の目次

### 【報告】

- 第14回 日本禁煙科学会学術総会 i n 大阪 1  
(2019年9月21日-22日 大阪商業大学)
- 開催概要  
学術総会会長挨拶  
学会賞  
ナース分科会の報告

### 【連載】

- 禁煙科学 最近のエビデンス (2019年09月 KKE266-267)
- KKE266 「喫煙開始年齢、依存形成速度、依存度の関連 (双子研究)」
- KKE267 「潰瘍性大腸炎の臨床経過に喫煙が好影響をおよぼすことはない」  
舘野 博喜 5

### 【連載】

- 週刊タバコの正体 (2019年09月 No. 598-602)
- 「週刊タバコの正体」600号発行
- 奥田 恭久 13

### 【報告】

- 全国禁煙アドバイザー育成講習会 開催報告 14
- 第258回 i n 北海道 (2019年9月1日)
- 第259回 i n 千葉 (2019年9月8日)
- 第260回 i n 大阪 (2019年9月22日)

【報告】

第14回 日本禁煙科学会 学術総会 in 大阪

【開催概要】

◆テーマ

Noside No-smoking

◆開催日・開催地等

開催日：2019年(令和元年)9月21日(土)-22日(日)

開催地：大阪府大阪市

会場：大阪商業大学

◆会長

東山 明子(大阪商業大学公共学部 教授)

◆主催

日本禁煙科学会

◆主たるプログラム

特別講演、教育講演、シンポジウム、分科会、一般演題

【URL】

◆第14回 日本禁煙科学会 学術総会のページ

[http://www.jascs.jp/scientific\\_conference/conf\\_index.php#area\\_14](http://www.jascs.jp/scientific_conference/conf_index.php#area_14)

◆第14回 日本禁煙科学会 学術総会 プログラム・抄録集

(「禁煙科学」Vol.13(13), 2019/09)

※「禁煙科学2019」のページからダウンロードして下さい。

[http://www.jascs.jp/kinen\\_kagaku/kinen\\_kagaku\\_2019.html](http://www.jascs.jp/kinen_kagaku/kinen_kagaku_2019.html)

## 【学術総会会長挨拶】



第14回日本禁煙科学会学術総会 in 大阪

会長 東山 明子

大阪商業大学公共学部 教授

みなさま、第14回日本禁煙科学会学術総会in大阪によろこおいでくださいました。この度、第14回日本禁煙科学会学術総会を、2019年9月21日（土）22日（日）の日程で、東大阪市の「大阪商業大学」で開催させていただくことになりました。

関西圏での開催は第1回2006年in京都、第2回2007年in奈良そして第11回2016年in京都以来3年ぶりです。大阪は同じ関西圏とはいえ、京都や奈良とはかなり異なる文化があります。特にここ東大阪市は関西圏のほぼ中央に位置し、工場数は全国5位以内で工場密度は全国1位、活気溢れる「ものづくりのまち」です。さらに、ラグビーの聖地と言われる花園ラグビー場を有する「ラグビーのまち」でもあり、ちょうど今年はラグビーワールドカップで、9月22日（日）には花園ラグビー場を会場としてイタリアvsナミビア戦が開催されます。

第14回学術総会のテーマは、ラグビーのまちにちなんで「Noside No-smoking」です。喫煙禁煙をめぐる世界は最近特に目まぐるしく変動してきています。もうそろそろ喫煙か禁煙かといった不毛な戦いは終えて、卒煙した人も最初から吸っていない人も禁煙支援した人もみんなが互いの健闘をたたえ合う「No-smoking」の世界に移行してもいいじゃないか、との気持ちを込めました。

会場である大阪商業大学の建学の理念は「世に役立つ人物の養成」です。この第14回学術総会も煙のない健康で平和な世の役に立てるようみなさまの研鑽と交流の場になることを望みます。

## 【学 会 賞】



◇受 賞 者：小池 百合子氏

東京都知事

◇受賞理由：

東京都受動喫煙防止条例、東京都子どもを受動喫煙から守る条例の制定により、全国の受動喫煙防止推進に寄与した

## 【略歴】

1976年10月 カイロ大学文学部社会学科卒業

1992年7月 参議院議員

1993年7月 衆議院議員

2003年9月 環境大臣

2004年9月 内閣府特命担当大臣（沖縄及び北方対策）兼任

2006年9月 内閣総理大臣補佐官（国家安全保障問題担当）

2007年7月 防衛大臣

2010年9月 自民党総務会長

2011年10月 予算委員会理事

2016年7月 東京都知事 当選

【報告】

第14回日本禁煙科学会学術総会

ナース分科会の報告

石田あや子（宮川病院）

寺嶋幸子（国立京都医療センター）

今年度のナース分科会は「禁煙支援ナースの輪を繋ごう！上級支援ナースのコツとナース茶話会」の2部制でした。

1部「上級禁煙支援ナースに聞く、禁煙支援ナースの役割とコツ」

国立機構京都医療センターの寺嶋ナースが、禁煙支援ナースの役割を同病院の禁煙外来の流れ、他職種との役割分担、その中での看護師割や禁煙支援を行う上でポイントを具体的に「4A+A」を用いて話し、そのあと寺嶋、石田が事例紹介しました。

参加者の中からは、「事例について具体的にこのような場合はどのように声を掛けましたか」「もしこのように言われたら自分では返事できないけど、二人ならどのように声を掛けますか」等活発な意見が聞かれました。話が盛り上がり、時間も押し迫っていましたので、場所を変え、2部へとつながりました。

2部「日頃の悩みはここで解決」（ナース茶話会）

1部の盛り上がりから場所を変えての2部でした。

部屋には学術総会本部から美味しい「フルーツ大福」が桃、ぶどう、パインが入った3種類が準備され、皆さんちょっと興奮。また初めて見るという方もいた「ドラゴンフルーツ」と「無農薬のパイン」の差し入れもあり、おいしくいただきながら笑顔で打ち解けた雰囲気になりました。

話題が尽きることなく、参加者が全員発言するという会になりました。

参加者より、「今までにない会で楽しかった。一人で禁煙外来を行っており、これで良いのかと疑問に思っていたが今日多くの意見が聞けて良かった。明日よりまた頑張れます」などの意見が聞かれました。

茶話会は初めての試みでしたが、好意的な意見が多く、次年度も開催させていただければと思います。

# 禁煙科学 最近のエビデンス 2019/09

さいたま市立病院 館野博喜  
Email:Hrk06tateno@aol.com

本シリーズでは、最近の禁煙科学に関する医学情報を要約して紹介しています。医学論文や学会発表等から有用と思われたものを、あくまで私的ではありますが選別し、医療専門職以外の方々にも読みやすい形で提供することを目的としています。より詳細な内容につきましては、併記の原著等をご参照ください。

## 2019/09 目次

- KKE266「喫煙開始年齢、依存形成速度、依存度の関連（双子研究）」
- KKE267「潰瘍性大腸炎の臨床経過に喫煙が好影響をおよぼすことはない」

## KKE266

### 「喫煙開始年齢、依存形成速度、依存度の関連（双子研究）」

Huggett SB等、Drug Alcohol Depend. 2019 Sep 1;202:104-110. PMID: 31330330

→過去の研究では、喫煙開始年齢が早いと、タバコ使用や依存に至る割合が高くなる一方で、喫煙量が増えたり依存に至るのは遅いと報告されている。

→また喫煙開始年齢が早いことは、依存の重症度を高める原因になると考えられており、依存を形成しやすい成長時期というものがあるのかもしれない。

→喫煙開始後から喫煙量が増えるまでが速いと、依存形成のリスクは高くなると報告されている。

→依存の形成スピードが速いことが直接に依存重症化の原因になるとする考えもあるが、スピードと重症化に共通したリスク因子が介在している可能性もある。

→たとえば、遺伝的に依存を急速に形成する人は遺伝的に重症度も高くなるのであれば、依存形成のスピードと重症化との間に因果関係はないかもしれない。

双子研究では、遺伝がスピードに寄与しているという報告と、重症度に寄与しているとする報告がある。

→共通のリスク因子（遺伝と環境）と因果関係を検証する方法に、双子間で遺伝・環境要因を調整するco-twin調整モデルがある。

→今回、ミネソタMNとコロラドCOの二つの異なる双子コホートを用いて検証を行った。

→一卵性および二卵性の双子2834組（5668人）を解析した。

→解析対象は>18歳（18.03-45.15歳）の法的喫煙年齢とし、MNの二卵性双子はすべて同性で、COには252組の異性双子が含まれた。

→喫煙開始年齢（3-29歳）は、初めてのタバコ使用を報告した年齢とした。

→問題喫煙年齢（7-30歳）は、DSM-IVのタバコ依存基準の1つを初めて満たした年齢とした。

→タバコ依存年齢（10-30歳）は、DSM-IVのタバコ依存基準を3つ以上初めて満たした年齢とした。

→喫煙を開始した双子組は72.16%、問題喫煙は35.48%、タバコ依存は25.21%であった。

→単変量双子モデルを用い、遺伝因子（一卵性=100%、二卵性=50%）。共通環境因子、非共通環境因子を評価した。

→一卵性のほうが二卵性より近似した特性があれば、同モデルではそれを遺伝的特性と判断する。

→喫煙開始年齢と、問題喫煙やタバコ依存に至るまでの期間との関係を、Aalen生存モデルで解析した（Coxハザードモデルは適合しなかった）。

- 喫煙開始年齢とタバコ依存重症度の関連を、線形混合効果回帰モデルで解析した。
- Co-twin調整モデルでは個人レベルの関連性について、他の双子組間と自分の双子組間の効果を分離して解析した。
- 単変量双子モデルでは、タバコに関する特性は一卵性のほうが関連が強く、遺伝的要素が示唆された。
- 遺伝的環境的影響に性差のある特性は見られなかった。
- 全例解析では遺伝と環境の因子は有意に、喫煙開始年齢、問題喫煙に至る期間、依存に至る期間、依存の重症度と関連していた。
- 個人レベルの解析では、14-18歳が最も喫煙開始リスクが高かった（喫煙開始者の64.26%がこの年齢で開始していた）。
- 問題喫煙やタバコ依存には、63.82-67.36%が16-20歳の間に到達していた。
- 喫煙開始年齢が10歳以下だと、問題喫煙に至るまでの時間はとくに長かった（平均7.49年）。
- 喫煙開始年齢が早いほど問題喫煙に至るまでの期間が長く、問題喫煙から依存までの期間は短かった。
- >10歳で喫煙を開始しても問題喫煙に至るまでの期間は有意に長かったが、>16歳では有意でなかった。
- >10歳や>16歳で喫煙を開始した者だけで解析すると、問題喫煙から依存に至るまでの期間は有意に長くはなくなった。
- 問題喫煙や依存に至る速さは、依存の重症度と関連する傾向にあった。
- 喫煙開始年齢の早さと、問題喫煙や依存に至るまでの速さは、ともにタバコ依存の重症度と有意に関連していた。
- これは>10歳で喫煙を開始した者でも有意であったが、問題喫煙から依存までの速度が依存の重症度と有意に関連していたのは>16歳で喫煙を開始した者だけであった。
- Co-twin調整モデルの解析では、自分の双子より早く喫煙を開始した者は、問題喫煙に至るのが有意に遅かったが、>16歳で喫煙を開始した場合には有意でなかった。
- 他の双子組との比較では、喫煙開始年齢と問題喫煙に至るまでの期間、問題喫煙から依存に至る期間に、有意な関連があり、遺伝と環境の両者の影響が示唆された。
- 自分の双子間での比較では、喫煙開始年齢の早さ、問題喫煙までの速さ、依存までの速さは、タバコ依存の重症度と有意に関連していた。
- これは双子組間や性別、卵生によらず有意であり、因果関係が示唆された。
- つまり、自分の双子より早く喫煙を開始したり、より速く使用量が増えると、よりタバコ依存の重症度が高くなった。
- >16歳で喫煙を開始した者では、問題喫煙までの速さだけが依存の重症度と関連した。
- また、他の双子組との解析からは、喫煙開始年齢の早さや問題喫煙・依存に至る速さに影響している遺伝的環境的要素は、タバコ依存の重症度とも関連していることが示された。
- 喫煙開始年齢の早さ、問題喫煙や依存に至る速さ、依存の重症度には、遺伝的環境的影響が見られる。

#### <選者コメント>

米国から、喫煙開始年齢と依存形成、依存の重症度に関する双子研究の報告です（=KKE265e）。

吸い始めの年齢は14-18歳が最も多く、タバコ依存症状が現れる年齢は16-18歳が最多でした。喫煙開始年齢が若いほど、いったん依存症状が出てから依存完成までの時間が短くなっていました。ただ、10歳以下などあまりに若くして吸った場合は、依存症状が出るまでには何年もかかっており、16歳以降で初めて吸った場合とは異なりました。これには入手環境や同年代の喫煙率、忍容性の年齢的な違いなどもあろうかと思われます。

依存の重症度は、喫煙開始年齢の若さと、依存症状が出るまでの速さと関連しており、とくに16歳以降で吸

い始めた場合には、依存症状が速く出るほど依存の重症度が高くなっていました。

遺伝の関与については、喫煙開始年齢には4割、依存症状出現の速さには1/4、依存症状が出てから完成までの速さには2割、依存の重症度には4割程度、遺伝が影響しているものと推計されました。

今回の結果からは、未成年でタバコを試した場合、依存症状がいったん出始めると急速に依存が進み重度になりやすいが、初めて試すのが15歳までの場合、依存症状が出るまでには少し時間的余裕がある可能性があり（社会的要因も含めて）、できるだけ早く芽を摘むことが肝要である、と言えるかもしれません。

### <その他の最近の報告>

KKE266a「喫煙・禁煙と腎癌リスクには用量依存性がある：メタ解析」

Liu X等、Crit Rev Oncol Hematol. 2019 Jul 29;142:86-93. (Epub ahead) PMID: 31387065

KKE266b「水タバコ使用は紙巻タバコ開始のもとになる：系統的レビューとメタ解析」

Al Oweini D等、Tob Control. 2019 Jul 30. (Epub ahead) PMID: 31363060

KKE266c「現喫煙者は1.6倍過去喫煙者は1.2倍心不全リスクが高い：メタ解析」

Lee H等、Int J Environ Res Public Health. 2019 Jul 29;16(15). PMID: 31362333

KKE266d「実行意図の禁煙支援への有効性に関する研究のメタ解析」

McWilliams L等、Health Psychol. 2019 Aug 15. (Epub ahead) PMID: 31414843

KKE266e「妊婦の電子タバコ使用は勧められない：レビュー」

Breland A等、Birth Defects Res. 2019 Jul 31. (Epub ahead) PMID: 31364280

KKE266f「禁煙の糖尿病への影響は定まっていない：レビュー」

Alshahrani A等、Curr Diabetes Rev. 2019 Jul 29. (Epub ahead) PMID: 31362677

KKE266g「タバコ製品のインプラントへのリスクに関するレビュー」

Javed F等、Periodontol 2000. 2019 Oct;81(1):48-56. PMID: 31407428

KKE266h「ニコチン受容体とリガンドの相互作用に関するレビュー」

Liu W等、Pak J Biol Sci. 2018;21(2):51-66. PMID: 30221881

KKE266i「ニコチン受容体 ( $\alpha 4 \beta 2$  と  $\alpha 7$ ) の禁煙効果に関する研究のレビュー」

Ramachandran Nair L等、J Addict Res Ther. 2019;10(2). PMID: 31404286

KKE266j「喫煙・非喫煙で潰瘍性大腸炎の重症度に差はなく禁煙で悪化もしない：英国6千例超の調査」

Blackwell J等、Aliment Pharmacol Ther. 2019 Sep;50(5):556-567. PMID: 31389044

KKE266k「小児科における親への禁煙介入CEASE試験は有効（クラスターRCT）」

Nabi-Burza E等、JAMA Pediatr. 2019 Aug 12. (Epub ahead) PMID: 31403675

KKE266l「PM社はIQOSへの変更で保険料が安くなる生保Revitiを販売してIQOSの販促をしている（英国）」

Prochaska JJ等、Tob Control. 2019 Jul 31. (Epub ahead) PMID: 31366704

KKE266m「半定量コチニン検査キットNicAlertは偽陽性が多い」

Etter JF等、Addiction. 2019 Aug 13. (Epub ahead) PMID: 31408237

KKE266n「家や職場での受動喫煙により非喫煙者の心血管疾患リスクは2倍に増える：ギリシャでの10年間の追跡調査」

Critselis E等、Int J Cardiol. 2019 Jul 23. (Epub ahead) PMID: 31375335

KKE266o「癌再発への恐れは継続喫煙者で強く実生活への影響も見られる：癌診断9年後の米国調査」

Westmaas JL等、Cancer. 2019 Aug 7. (Epub ahead) PMID: 31390060

KKE266p「ブラジルの調査より：約3年間に7割近くが禁煙を試み2割強が禁煙した」

Casado L等、Public Health. 2019 Jul 27;174:127-133. (Epub ahead) PMID: 31362178



KKE266q 「深層学習を用いた喫煙場面写真の地域識別と喫煙欲求の関連」

Engelhard MM等、JAMA Netw Open. 2019 Aug 2;2(8):e197939. PMID: 31373647

KKE266r 「識者会合による受動喫煙スクリーニングに関するコンセンサス」

Klein JD等、Nicotine Tob Res. 2019 Aug 13. (Epub ahead) PMID: 31407779

KKE266s 「兵庫県の一部的な受動喫煙防止条例はかえって受動喫煙を増やした可能性がある」：日本からの報告

Zeng S等、Int J Environ Res Public Health. 2019 Aug 6;16(15). PMID: 31390797

KKE266t 「親への電話禁煙支援は有効（小規模RCT）」

Scheffers-van Schayck T等、Int J Environ Res Public Health. 2019 Jul 31;16(15). PMID: 31370191

KKE266u 「貧困層へのNRT+携帯電話支援は費用対効果が高い：米国の3群比較試験」

Daly AT等、Tob Control. 2019 Jan;28(1):88-94. PMID: 29886411

KKE266v 「喫煙妊婦へのニコチン・インヘラーの禁煙RCT（有意差なし）」

Oncken C等、Am J Obstet Gynecol MFM. 2019 Mar;1(1):10-18. PMID: 31380506

KKE266w 「1日喫煙本数は臨床的・実験的喫煙研究に有用な指標とは言えない」

Oliver JA等、Addict Behav. 2019 Nov;98:106066. PMID: 31386967

KKE266x 「飲酒問題や薬物使用のある未成年者は新型タバコ使用率が高い（韓国）」

Lee Y等、PLoS One. 2019 Jul 31;14(7):e0220241. PMID: 31365564

KKE266y 「夜勤勤務者は禁煙成功率が低い：韓国5千人の解析」

Cho YM等、J Occup Med Toxicol. 2019 Aug 5;14:23. PMID: 31404360

KKE266z 「失業が若者のニコチン依存のもとになり、その逆ではない」

Lee JO等、Nicotine Tob Res. 2019 Aug 13. (Epub ahead) PMID: 31408171

KKE266aa 「職場での禁煙支援の成否は同僚の喫煙状況に左右される」

van den Brand FA等、Int J Environ Res Public Health. 2019 Aug 8;16(16). PMID: 31398854

KKE266ab 「喫煙歴があると結核治療の失敗や再発・死亡が多く、飲酒問題も相加効果を持つ」

Thomas BE等、PLoS One. 2019 Jul 31;14(7):e0220507. PMID: 31365583

KKE266ac 「麻薬乱用喫煙者ではNRTよりバレンクリン治療で麻薬使用量が増えた」

Martin RA等、J Subst Abuse Treat. 2019 Sep;104:22-27. PMID: 31370981

KKE266ad 「無症候性変性大動脈弁疾患は喫煙量と用量依存性がある」：日本からの報告

Yamaura Y等、Circ Cardiovasc Imaging. 2019 Aug;12(8):e008901. PMID: 31405292

KKE266ae 「紙巻タバコの箱の大きさを制限すると喫煙量が減るかもしれない」

Blackwell AKM等、Addiction. 2019 Aug 2. (Epub ahead) PMID: 31376200

KKE266af 「ニコチン分解酵素NicA2の禁煙治療薬としての改良の試み」

Thisted T等、BMC Biotechnol. 2019 Aug 2;19(1):56. PMID: 31375100

KKE266ag 「バレンクリンの禁煙効果はCYP2B6遺伝子多型と関連する（ブラジル）」

Tomaz PRX等、Eur J Clin Pharmacol. 2019 Aug 11. (Epub ahead) PMID: 31402421

KKE266ah 「バレンクリンはニコチンによる喫煙誘発刺激への強化増強効果も抑制する（ネズミの実験）」

Garcia-Rivas V等、Front Behav Neurosci. 2019 Jul 17;13:159. PMID: 31379531

KKE266ai 「米国で販売されている電子タバコのニコチン濃度は年々増加している」

Romberg AR等、Drug Alcohol Depend. 2019 Jul 19;203:1-7. PMID: 31386973

KKE266aj 「プロピレングリコール濃度の高い電子タバコはノドにガツンとくる」

Smith TT等、Nicotine Tob Res. 2019 Aug 10. (Epub ahead) PMID: 30965545

KKE266ak 「JT社とBAT社共同での新型タバコ煙の毒性実験」

Ito S等、Toxicol Lett. 2019 Aug 7;315:14-22. (Epub ahead) PMID: 31400404

## 「潰瘍性大腸炎の臨床経過に喫煙が好影響をおよぼすことはない」

Blackwell J等、Aliment Pharmacol Ther. 2019 Sep;50(5):556-567. PMID: 31389044

→タバコ煙曝露は潰瘍性大腸炎（UC）発症リスクの約半減と関連しているが、UC診断時の喫煙状況とその後の臨床経過との関係は不明である。

→ステロイド使用や結腸切除術を受ける割合が、喫煙者と非喫煙者で異なるかどうか、報告結果は一定していない。

→2016年のメタ解析では、喫煙の有無は結腸切除術や疾患活動性と関連がなかったが、2015年の別のメタ解析では喫煙は結腸切除術のリスク減少と関連していた（OR 0.55, 95%CI: 0.33-0.91）。

→喫煙はUCに効果的と考え喫煙する患者がいるとか、通常の治療が奏効しない場合に喫煙を勧める医師がいるとも報告されている。

→また禁煙のUCへの影響に関する研究は少なく、結果も多様である。

→タバコ使用とUCの臨床経過に関する過去の研究は、ほとんどが小規模で専門病院に限定されており、バイアスが介在しやすい。

→今回、全国的なコホートを用いて解析を行った。

→英国の臨床診療研究データリンク（CPRD）を用い、UCと診断された患者を後ろ向きに解析した。

→CPRDは世界でも最大級のプライマリ・ケア研究データベースであり、674か所の診療所（国全体の約8%）の縦断的な患者情報が含まれ（追跡期間の中央値9.4年）、英国民の全体像を反映していると考えられる。

→また入院や手術のデータは、リンクしている入院患者登録（HES）からも入手した。

→2005年10月より2016年4月末に登録され、少なくとも1年後まで主病名がUCである患者を特定し追跡した。

→慢性喘息、リウマチ性多発筋痛症、臓器移植など長期のステロイド治療を要する併存症のある患者は除外した。

→初めてUCの診断記録がなされる前2年間の喫煙状況を、UC診断時の喫煙状況とした。

→1日10本未満を軽喫煙者、10-19本を中喫煙者、20本以上を重喫煙者とした。

→診断後の2年間に禁煙した者を、診断後禁煙者とした。

→主要評価項目は、UC増悪の指標である経口ステロイド薬使用とし、ステロイド終了後4か月→以上たって再度使用した「ステロイドを要する再燃」も調べた。

→3か月以上ステロイド治療を要したり、ステロイド中止後3か月以内に再処方された患者はステロイド依存性と判定した。

→共変量としては性別、診断時年齢、社会的困窮、5-ASA使用、診断年代（12年間の調査期間を6つに分けた）を用いた。

→喫煙状況によるステロイド依存のハザード比HRをCox回帰で、ステロイドを要する再燃の頻度に関するリスク因子をロジスティック回帰で、初回のステロイド投与を Kaplan-Meier 法で、診断1, 3, 5年目のステロイド使用のリスクをログランクテストで解析した。

→新規診断患者9,616人のうち6,754人に喫煙のデータがあり、計41,024人年のデータを得た。

→UC診断時に39.9%が非喫煙者、47.1%が禁煙者、13%が現喫煙者であった。

→12年間の調査期間で、診断時の現喫煙者の割合に変化はなかった（2005-06年が13.7%、2015-16年が13.6%、 $P=0.93$ ）。

→診断時現喫煙者の46%が喫煙を継続し、非喫煙者の2%が喫煙を開始し、禁煙者の10%が再喫煙した。

→非喫煙者は女性が多く、現喫煙者は貧困地域居住が多く、5-ASA内服者は現喫煙者に少なかった。

- 非喫煙者の診断1, 3, 5年目ののべ経口ステロイド使用率は、27.9%、34.8%、37.1%で、現喫煙者・禁煙者と差がなかった ( $P=0.53$ )。
- ステロイドを要する再燃のリスクは、現喫煙者 (OR 1.16: 0.92-1.46,  $P=0.21$ )、禁煙者 (OR 1.07: 0.92-1.25,  $P=0.36$ ) とともに非喫煙者と差がなかった。
- ステロイド依存となった患者は現喫煙者が、禁煙者・非喫煙者より少なかったが (12.0%, 13.9%, 15.7%,  $P=0.013$ )、補正Cox回帰では現喫煙者 (HR 0.85: 0.60-1.11,  $P=0.11$ )、禁煙者 (HR 0.82: 0.70-1.03,  $P=0.20$ ) とともに非喫煙者と差がなかった。
- チオプリン薬の使用も喫煙状況で差がなかった。
- UC関連の入院治療を要した割合は禁煙者が現喫煙者・非喫煙者より少なかったが (22.6%, 27.8%, 25.8%,  $P=0.017$ )、多変量Cox回帰では喫煙状況で差はなかった。
- 社会経済的困窮は入院治療の強い予測因子であった (HR 1.38: 1.18-1.62,  $P<0.001$ )。
- 結腸切除術を受けた割合は、非喫煙者9.3%、禁煙者9.7%、現喫煙者6.6%であり ( $P=0.02$ )、1, 3, 5年目の積算リスクは、非喫煙者5.2%, 7.2%, 8.2%、禁煙者5.7%, 7.7%, 8.7%、現喫煙者4.6%, 5.6%, 6.4%、と差がなかった (傾向のログランクテスト $P=0.24$ )。
- 多変量Cox回帰でも、現喫煙者 (HR 0.78: 0.50-1.21,  $P=0.26$ )、禁煙者 (HR 1.03: 0.79-1.34,  $P=0.82$ ) とともに非喫煙者と差がなかった。
- 禁煙の影響については、経口ステロイドの粗使用率は継続喫煙者35.7%、診断後禁煙者45.9%であり ( $P=0.02$ )、ステロイドを要する再燃に差はなかった (OR 1.13: 0.66-1.94,  $P=0.66$ )。
- ステロイド依存も継続喫煙者と診断後禁煙者で差がなく (12.3%, 15.9%,  $P=0.48$ )、多変量Cox回帰でも確認された (HR 1.03: 0.52-2.04,  $P=0.93$ )。
- チオプリン薬使用にも差がなかった。
- UC関連の入院治療も診断後禁煙者と継続喫煙者で差がなく (28.8%, 26.1%,  $P=0.61$ )、結腸切除術の割合も差がなかった (3.3%, 4.3%,  $P=0.55$ )。
- 喫煙量の影響については、診断時現喫煙者のうち、46.4%が軽喫煙者、27.2%が中喫煙者、26.3%が重喫煙者であった。
- 重および中喫煙者は、軽および非喫煙者より、40歳以降でUCと診断される割合が高かった ( $P<0.001$ )。
- 重喫煙者は貧困の割合が高かった。
- 喫煙量とチオプリン薬使用とに関連はなく、経口ステロイド薬使用とステロイドを要する再燃も喫煙量と関連しなかった。
- ステロイド依存は喫煙量が少ないほど多い傾向にあった。
- 重喫煙者と非喫煙者とでステロイド依存に有意差はつかなかったが (7.4%, 15.7%, HR 0.25: 0.06-1.03,  $P=0.055$ )、これは重喫煙者の症例数 (136人) が少なかったからかもしれない。
- 入院治療や結腸切除術も喫煙量と関連が見られなかった。
- 潰瘍性大腸炎診断後の臨床経過に喫煙が好影響をおよぼすことはない。

#### <選者コメント>

かねてより議論のある潰瘍性大腸炎 (UC) に対する喫煙の影響について、過去最大かつ一般人口を対象としたエビデンス・レベルの高い解析報告です (=KKE266j)。

7千例近いUC症例の最長12年間に渡る解析により、ステロイド治療を要する再燃、ステロイド依存性、チオプリン薬使用、入院、結腸切除術、のいずれも、診断時の喫煙状況によって差がなく、喫煙量の多寡との関連も見られませんでした。また診断後2年以内に禁煙した例でも、これらの臨床経過は喫煙を継続した例と差があり

ませんでした。

かつてニコチンパッチがUCの症状を改善させるという報告が有名誌に載った影響もあつたか (PMID: 8114833)、過去の小規模かつ限定的な症例の研究では、喫煙者のUC患者のほうが経過が良いとか、禁煙すると経過が悪くなる、といった報告も見られましたが、今回の結果からは否定的でした。UC患者さんには積極的に、「ネットの情報などに惑わされず禁煙を!」と勧めるべきエビデンスが示されたと言えます。

2013年の医師および薬剤師国家試験において、「喫煙によって発症のリスクが増大しない疾患はどれか」という設問が出されたことがあり、UCを選択させるものでした。回し者か??と疑いたくなるような不適正な問題ですが、今回の報告により、「喫煙によって症状が改善する疾患はどれか」とか、「禁煙によって症状が悪化する疾患はどれか」といった問題が出されなくなることを祈ります。

#### <その他の最近の報告>

KKE267a「重喫煙者の心血管リスクは禁煙5年以内に下がるが非喫煙者並になるには10年かかる (フラミンガム調査)」

Duncan MS等、JAMA. 2019 Aug 20;322(7):642-650. PMID: 31429895

KKE267b「動機づけ面接の禁煙効果に関するコクラン・レビュー」

Lindson N等、Cochrane Database Syst Rev. 2019 Jul 31;7:CD006936. (Epub ahead) PMID: 31425622

KKE267c「禁煙補助薬の遵守率を高める介入のコクラン・レビュー」

Hollands GJ等、Cochrane Database Syst Rev. 2019 Aug 16;8:CD009164. (Epub ahead) PMID: 31425618

KKE267d「電子タバコの心血管影響のレビュー」

MacDonald A等、Vasc Health Risk Manag. 2019 Jun 21;15:159-174. PMID: 31417268

KKE267e「入院患者への禁煙支援の費用対効果は高い: 系統的レビュー」

Lee D等、Eur J Health Econ. 2019 Aug 26. (Epub ahead) PMID: 31452084

KKE267f「喫煙者は5.6倍インフルエンザ (検査陽性の) にかかりやすい: 系統的レビュー」

Lawrence H等、J Infect. 2019 Aug 26. (Epub ahead) PMID: 31465780

KKE267g「妊婦への禁煙支援研究で5AとNRTが行われている頻度に関するメタ解析」

Gould GS等、BMJ Open. 2019 Aug 18;9(8):e026037. PMID: 31427313

KKE267h「冠疾患のクロピドグレル治療における「喫煙者パラドックス」 (レビュー)」

Ramotowski B等、Pol Arch Intern Med. 2019 Aug 16. (Epub ahead) PMID: 31418753

KKE267i「タバコ販売店の多さと若者の喫煙との関連は不確定: 系統的方法論的レビュー」

Nuyts PAW等、Nicotine Tob Res. 2019 Aug 21. (Epub ahead) PMID: 31433835

KKE267j「電子タバコはNRTより禁煙に有効で費用対効果が高い: 英国禁煙支援サービスでのRCT」

Hajek P等、Health Technol Assess. 2019 Aug;23(43):1-82. PMID: 31434605

KKE267k「NRT+ニコチン非含有電子タバコによる禁煙効果と喫煙欲求抑制の探索的試験」

Peechatka AL等、Front Psychiatry. 2019 Aug 8;10:559. PMID: 31440175

KKE267l「肺癌検診時の禁煙支援に相応する対象者についての禁煙介入試験のメタ解析」

Cadham CJ等、Lung Cancer. 2019 Sep;135:205-216. PMID: 31446996

KKE267m「喫煙の心血管疾患への影響 (レビュー)」: 日本からの報告

Kondo T等、Circ J. 2019 Aug 29. (Epub ahead) PMID: 31462607

KKE267n「関節リウマチ発症前の禁煙期間が長いほどリウマチ因子やACP抗体上昇リスクが下がる」: 日本からの報告

Ishikawa Y等、Ann Rheum Dis. 2019 Aug 19. (Epub ahead) PMID: 31427439

KKE267o「英国の喫煙率・喫煙開始率・禁煙率の変化はいずれもS字曲線を呈する」

- Beard EV等、Thorax. 2019 Sep;74(9):875-881. PMID: 31391317  
 KKE267p「英国では過去10年に禁煙を試みる人が45%から34%に減っている」
- Beard E等、Nicotine Tob Res. 2019 Aug 16. (Epub ahead) PMID: 31418449  
 KKE267q「家庭や職場で受動喫煙のある非喫煙者は高血圧リスクが高い（韓国10万人の調査）」
- Kim BJ等、J Clin Med. 2019 Aug 16;8(8). PMID: 31426428  
 KKE267r「全人工股・膝関節置換術後の合併症は喫煙者で多く禁煙者で減る：約12万人の調査」
- Matharu GS等、Acta Orthop. 2019 Aug 2;1-9. (Epub ahead) PMID: 31370730  
 KKE267s「喫煙妊婦は病院治療を受ける割合が高い：フィンランド約百万人の記録から」
- Wallin HP等、Nicotine Tob Res. 2019 Aug 16. (Epub ahead) PMID: 31418024  
 KKE267t「若い貧困妊婦喫煙者への禁煙支援に際し訪問看護師が経験している課題（オランダ）」
- Derksen ME等、Health Soc Care Community. 2019 Aug 25. (Epub ahead) PMID: 31446634  
 KKE267u「15年を越える禁煙者の嗅覚は非喫煙者と差がない」
- Siegel JK等、Int Forum Allergy Rhinol. 2019 Jul 31. (Epub ahead) PMID: 31365791  
 KKE267v「禁煙後の喫煙欲求に対する鍼治療の効果とfMRIによる脳活動評価」
- Wang YY等、Quant Imaging Med Surg. 2019 Jun;9(6):1118-1125. PMID: 31367566  
 KKE267w「東南アジア諸国の受動喫煙による癌罹患・死亡リスクの推定」
- Kristina SA等、Asian Pac J Cancer Prev. 2019 Mar 26;20(3):971-976. PMID: 30912422  
 KKE267x「ALS発症と喫煙は正の、禁煙には負の関連がある：欧州Euro-MOTOR研究」
- Peters S等、J Neurol Neurosurg Psychiatry. 2019 Aug 21. (Epub ahead) PMID: 31434759  
 KKE267y「45歳以上糖尿病患者の白内障手術率は喫煙歴で差がない：豪州1万人8年間の調査」
- Han X等、Eye (Lond). 2019 Aug 9. (Epub ahead) PMID: 31399704  
 KKE267z「恋愛物語を読むと喫煙の価値や欲求が下がる」
- Athamneh LN等、Exp Clin Psychopharmacol. 2019 Aug 19. (Epub ahead) PMID: 31424235  
 KKE267aa「喫煙脳卒中患者血中で発現亢進している遺伝子」
- Cheng X等、Ann Clin Transl Neurol. 2019 Aug 22. (Epub ahead) PMID: 31436916  
 KKE267ab「NNA摂取は卵巣機能と新生児に悪影響をおよぼす（ネズミによる三次喫煙の疑似実験）」
- Liu H等、Ecotoxicol Environ Saf. 2019 Aug 7;183:109544. (Epub ahead) PMID: 31400720  
 KKE267ac「AFPL1結合ニコチンワクチンのネズミ投与実験」
- Fraleigh NL等、PLoS One. 2019 Aug 23;14(8):e0221708. PMID: 31442285  
 KKE267ad「Δ8-THCVにはニコチン依存症治療効果がある（ネズミの実験）」
- Xi ZX等、Br J Pharmacol. 2019 Aug 27. (Epub ahead) PMID: 31454413  
 KKE267ae「喫煙記録を自動で行うスマートライターの探索的試験」
- Tomko RL等、Addict Behav. 2019 Nov;98:106052. PMID: 31415971  
 KKE267af「ニコチン非含有電子タバコの吸入直後に血管機能指標は悪化する」
- Caporale A等、Radiology. 2019 Aug 20;190562. (Epub ahead) PMID: 31429679  
 KKE267ag「認知症患者への処方薬はNRTがバレニクリンよりずっと多く、禁煙率は認知症の有無で変わらない（英国）」
- Itani T等、BMJ Open. 2019 Aug 30;9(8):e027569. PMID: 31473613  
 KKE267ah「貧富による喫煙健康被害の格差是正には電子タバコを紙巻きよりずっと安くすべき（英国）」
- Thirlway F、Soc Sci Med. 2019 Aug 17;238:112498. (Epub ahead) PMID: 31446371  
 KKE267ai「IQOS煙はタバコ煙より単球と内皮細胞との接着効果が低い」：PM社
- Poussin C等、ALTEX. 2019 Aug 22. (Epub ahead) PMID: 31445503

## 【週刊タバコの正体】

Vol.44 第1話～第5話

2019/09 和歌山工業高校 奥田恭久

## ■Vol. 44

## (No. 598) 第1話 第16回アンケート結果

ータバコは有害でかつこ悪いと考えている生徒が大多数...

みなさん、夏休みはいかがでしたか。1ヵ月もあつたはずですが、あつと言う間に過ぎてしまい、まだ休んでいたいと思っている人も多いでしょうが、2学期が始まりました。気持ちを切り替えて学校生活を充実させて下さい。

## (No. 599) 第2話 大病につながる

ータバコは身体にどんなダメージを与えるのか繰り返し伝えたい...

タバコの煙には三大有害物質と呼ばれる「ニコチン」「タール」「一酸化炭素」の他に何百種類もの有害物質が含まれています。そんな煙を毎日吸い続けると、身体はどれほどのダメージを受けるのでしょうか。

下の図にあるように、交感神経が刺激されて血圧や血糖値が上昇するほか、中性脂肪やコレステロールが増加するなどして動脈硬化が進行します。つまり喫煙を続けると全身の血管が傷んでいくわけです。さらに血液の粘度も増え血流が悪くなるため傷んだ血管は、詰まったり破れる危険性が高くなります。

## (No. 600) 第3話 確率は3倍

ー発症確率が3倍になる病...

人間の血管は動脈、静脈、毛細血管を合わせると10万キロにもあります。なんと地球を二周半するほど長いのですが、タバコを吸い続けると、どこかの血管が詰まったり破れる危険性が高くなります。

もし脳の血管が詰まると「脳のう梗塞こうそく」、破れて出血すると「脳出血」「クモ膜下出血」という病気になります。いずれも発症後の処置が遅れると脳の損傷度合いが大きくなるので、手足が麻痺するなどの後遺症が残ります。

## (No. 601) 第4話 それでもタバコを

ー自分の細胞が壊死するなんて...

タバコを吸い続けると血管が傷みます。すると血液がきちんと体じゅうに運ばれなくなりますよね、そうすると、どうなるのでしょうか。血液が流れなくなった血管の周辺には酸素と栄養が補給されなくなるので、その部分の細胞は死滅します。この状態は「壊死えし」と呼ばれ、壊死をおこした皮膚や臓器の表面が融解したり、はがれたりします。この状態を「潰瘍かいよう」と言います。

## (No. 602) 第5話 心筋梗塞と禁煙条例

ーやっぱり、それでもタバコを吸いますか...

タバコは血管を傷める事をくり返し伝えていますが、まだ続きがあります。今回は心臓の血管が傷んだ場合の病気を紹介します。

左図にあるように心臓には身体じゅうに血液を送り出す太さ2cmの大動脈をはじめとして、毎分60～80回も鼓動する心臓の筋肉(心筋)を動かす続けるための血管(冠状動脈)がたくさん存在します。この血管に異常があると命にかかわる大変なことになります。...

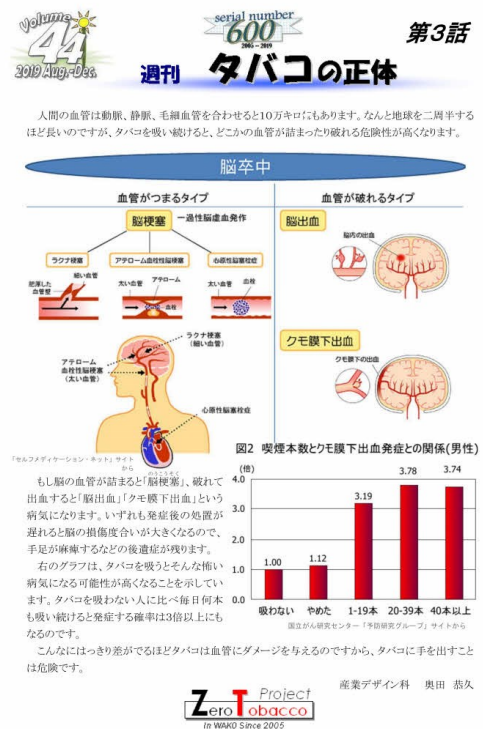
## 「週刊タバコの正体」600号発行

## ■600回(2019.09.17)

2005年4月の創刊から14年を経過して600話を迎えました。休憩のたびにトイレがタバコの煙で充満していた状況をなんとかしたいとの思いで始めましたが、600回も続ける事になるとは思っていませんでした。

当初、私自身も含め誰も「こんなプリントで生徒の喫煙をなくすことなんて、できるわけがない」と感じていましたが、ダメでもととて教育してみようと考えたわけです。地元の禁煙教育関係者や日本禁煙科学会の皆さんの協力のおかげで、毎週の発行が1年2年と続くうちに、気が付けばトイレの喫煙はなくなりました。そして、このころ社会全体の風潮も禁煙傾向となったことも追い風となり、14年が過ぎていった感じです。

「タバコをやめさせたい」と思って始めたものの、結果的には「吸い始めさせない」教育が功を奏した形になったと感じています。今後も、一人でも多くタバコを吸わない大人を育てるために続けていきたいと思っています。(奥田恭久)



毎週火曜日発行

URL: [http://www.jascs.jp/truth\\_of\\_tabacco/truth\\_of\\_tabacco\\_index.html](http://www.jascs.jp/truth_of_tabacco/truth_of_tabacco_index.html)

※週刊タバコの正体は日本禁煙科学会のHPでご覧下さい。  
 ※一話ごとにpdfファイルで閲覧・ダウンロードが可能です。  
 ※HPへのアクセスには右のQRコードが利用できます。



## 【報告】

**全国禁煙アドバイザー育成講習会**

(2019/09) 第258回(北海道)、第259回(千葉)、第260回(大阪)

**【第258回 全国禁煙アドバイザー育成講習会 in 北海道】**

- ◆開催日：2019年（令和元年）9月1日（日）
- ◆場 所：TKP札幌ビジネスセンター赤れんが前「チューリップ」
- ◆主 催：日本禁煙科学会、禁煙健康ネット(北海道)、禁煙マラソン
- ◆後 援：健康日本21推進全国連絡協議会

**【主たるプログラム】**

## ◇講義

|                              |                       |      |
|------------------------------|-----------------------|------|
| 禁煙支援の基礎知識                    | 日本禁煙科学会               | 高橋裕子 |
| 禁煙支援の最新情報（加熱式タバコ・健康増進法改正を含む） | 日本禁煙科学会               | 高橋裕子 |
| こどもの暮らしにタバコはいらないー喫煙防止教育の取り組み | 特定非営利活動法人日本小児禁煙研究会 理事 |      |
|                              | 札幌医科大学保健医療学部看護学科 教授   | 今野 美 |

## ◇Q&amp;A

**【第259回 全国禁煙アドバイザー育成講習会 in 千葉】**

- ◆開催日：2019年（令和元年）9月8日（日）
- ◆場 所：千葉市総合保健医療センター
- ◆主 催：日本禁煙科学会、禁煙マラソン
- ◆後 援：健康日本21推進全国連絡協議会

**【主たるプログラム】**

## ◇講義

|                        |         |      |
|------------------------|---------|------|
| 産業現場に必要な禁煙支援の基礎知識      | のだ小児科医院 | 野田 隆 |
| 産業現場に必要な禁煙支援最新情報       |         |      |
| 加熱式タバコ、電子タバコとコアスモーカー対応 | 日本禁煙科学会 | 高橋裕子 |

## ◇まとめとQ&amp;A

**【第260回 全国禁煙アドバイザー育成講習会 in 大阪】**

- ◆開催日：2019年（令和元年）9月22日（日）
- ◆場 所：大阪商業大学
- ◆主 催：日本禁煙科学会、禁煙マラソン
- ◆後 援：健康日本21推進全国連絡協議会

**【主たるプログラム】**

## ◇講義

|                          |         |      |
|--------------------------|---------|------|
| ここまでわかった、加熱式タバコ・電子タバコの正体 | 日本禁煙科学会 | 高橋裕子 |
| 産加熱式タバコユーザーへの禁煙支援        | 日本禁煙科学会 | 高橋裕子 |

## ◇禁煙支援ワーク

京都医療センター 禁煙外来ナース 寺嶋幸子

## ◇Q&amp;A

## 日本禁煙科学会HP

URL: <http://www.jascs.jp/>

※日本禁煙科学会ホームページのアドレスです。

※スマホ等でのアクセスは、右のQRコードをご利用下さい。



## ふえる笑顔 禁煙ロゴ

筋肉の疾患で体の不自由な浦上秀樹さん（埼玉県在住）が、口に筆を取って書いてくださった書画です。「けんこうなしゃかい ふえるえがお」という文字を使って『禁煙』をかたどっています。

※拡大画像は日本禁煙科学会ホームページでご覧頂けます。

※スマホ等でのアクセスは、右のQRコードをご利用下さい。

URL : [http://www.jascs.jp/gif/egao\\_logo\\_l.jpg](http://www.jascs.jp/gif/egao_logo_l.jpg)



### 編集委員会

|        |       |       |     |      |
|--------|-------|-------|-----|------|
| 編集委員長  | 中山健夫  |       |     |      |
| 編集委員   | 児玉美登里 | 富永典子  | 野田隆 | 野村英樹 |
|        | 春木宥子  |       |     |      |
| 編集顧問   | 三嶋理晃  | 山縣然太朗 |     |      |
| 編集担当理事 | 高橋裕子  |       |     |      |

### 日本禁煙科学会

学会誌 禁煙科学 第13巻 (09)

2019年 (令和元年) 9月発行

URL : <http://jascs.jp/>

事務局 : 〒630-8113 奈良県奈良市法蓮町 948-4

めぐみクリニック (未成年者禁煙支援センター) 内

E-mail : [info@jascs.jp](mailto:info@jascs.jp)